

# La Volaille marquée au grill, Miel et sauce Soja

Pour 6 personnes

6 suprêmes de Volaille  
8 beaux Poireaux bien blancs  
30cl d'Huile d'Olive douce  
2 gousses d'Ail  
10cl de Miel d'Accacia  
5cl de Sauce Soja  
25gr de Sésame doré



## La Vieille Ferme

### Rouge

Actuel et authentique,  
« La Vieille Ferme » est  
un Vin à partager entre  
amis !

Une cuisine conviviale  
avec une Volaille, de l'Ail,  
de l'Huile d'Olive, donne  
un ton « sudiste » et Médi-  
terranéen à l'accord.  
L'intensité, le fruit dans le  
Vin emmènent l'accord  
sur une cuisine marquée  
de saveurs, presque  
grillée...



1- Mélanger la Sauce Soja au Miel. Puis verser sur les suprêmes de Volaille. Laisser mariner 1 heure.

2- Pendant ce temps, tronçonner les Poireaux là où ils deviennent verts, pour ne garder que la partie blanche, entre 15 et 20 cm environ. Vérifier qu'ils soient bien propres en les passant sous l'eau fraîche. Puis les ébouillanter pendant 8 à 10 minutes dans de l'Eau bouillante bien salée. Laisser égoutter ainsi, sans les rafraîchir.

3- Au bout d'une heure, égoutter les suprêmes de Volaille et réserver la marinade dans une petite casserole. Eplucher l'Ail et le hacher très finement. L'ajouter dans la casserole avec la marinade et cuire ainsi à feu doux pendant 3 à 4 minutes. Laisser tempérer et à l'aide d'un fouet, monter la préparation dans la casserole avec 15cl d'Huile d'Olive, comme pour une Mayonnaise. Si cette sauce devient trop épaisse, délayer légèrement avec 1 ou 2 cuillères à soupe d'Eau.

4- Frire rapidement les graines de Sésame dans 10cl d'Huile d'Olive, sans coloration, juste pour les rendre croustillantes.

5- Ces préparations peuvent ainsi être préparés d'avance. Il ne reste alors plus qu'à cuire au moment.

6- Passer les Volailles et les Poireaux dans l'Huile d'Olive et démarrer la cuisson au grill ou sur le barbecue. Commencer par les Poireaux que vous grillerez assez vivement de façon à les rendre complètement noir. Alors, vous grillerez les suprêmes de Volaille et pendant ce temps, vous ôterez la première peau noire des Poireaux. Les couper en biseau et dresser sur un plat en les assaisonnant d'un peu de Sel.

7- Lorsque les Volailles seront grillées et encore moelleuses à l'intérieur, les servir avec les Poireaux. Napper le tout avec la marinade montée à l'Huile d'Olive et parsemer les graines de Sésames sur la Volailles.

Servir La Vieille Ferme à 16/17°C dans de grand verre à Vin. L'idée forte de cette suggestion est, avant tout, de vous apporter du Plaisir !

FAMILLE PERRIN

